

Informationen für Eltern *Klasse2000*

Gesund, stark und selbstbewusst – so sollten alle Kinder heranwachsen!

Klasse2000 ist das bundesweit größte Unterrichtsprogramm, das Kinder während ihrer gesamten Grundschulzeit begleitet mit dem Ziel der

- ⇒ Gesundheitsförderung
- ⇒ Suchtvorbeugung
- ⇒ Gewaltprävention

Das Programm wurde 1991 von Experten aus Pädagogik und Medizin entwickelt, und im Schuljahr 2006/07 nahmen bereits über 250 000 Kinder in der ganzen Bundesrepublik daran teil. In Niedersachsen hatten 410 Schulen (22 %) das Programm *Klasse2000* in ihren Unterricht integriert. Der Erfolg dieses Präventionskonzeptes wird durch begleitende Studien belegt. Das Land Niedersachsen bezeichnet das Gesundheitsförderungsprogramm *Klasse2000* für die Präventionsarbeit als pädagogisch hervorragend geeignet.

Zur Schulung von Fachkräften (sog. Gesundheitsförderer) sowie für Unterrichtsmaterial und die (Weiter-)Entwicklung des Programms wird ein Betrag von € 240,- pro Klasse und Schuljahr erhoben. Diese Kosten oder auch Teilbeträge können von Paten übernommen und/oder auf die Eltern umgelegt werden.

Wie funktioniert *Klasse2000* ?

Grundlage ist die Erfahrung, dass gesunde und selbstbewusste Kinder keine Suchtmittel oder Gewalt brauchen. Daher versucht *Klasse2000* zu einer gesunden Lebensweise zu motivieren und zu starken Persönlichkeiten heranzubilden. Eine positive Einstellung zu sich selbst und zum eigenen Körper ist die Grundlage, auf der die Kinder dann Kraft entwickeln, um bei Konflikten oder Problemen angemessen zu reagieren und Versuchungen wie Rauchen, Alkohol- oder Drogenkonsum trotz Werbung und Gruppendruck zu widerstehen.

Das Programm *Klasse2000* basiert auf

- *Langfristigkeit* – die Kinder arbeiten über die gesamte Grundschulzeit mit *Klasse2000*, um einen Lernerfolg nachhaltig zu sichern.
- *geeigneten Lerninhalten* – sie sind fortlaufend aufgebaut und an das jeweilige Alter und Schuljahr angepasst. Es werden spielerische, kindorientierte und interaktive Methoden eingesetzt. So bleibt den Kindern viel Raum für eigene Erfahrungen und Experimente.
- *Unterstützung durch Fachkräfte* – sog. Gesundheitsförderer sind speziell geschult und kommen zusätzlich zu den Lehrkräften in den Unterricht. Das motiviert die Kinder zusätzlich und vertieft die Lerninhalte.
- *Zusammenarbeit mit den Eltern* – Informationsabende und Materialien für die Eltern beabsichtigen, dass die mit den Kindern erarbeiteten Inhalte und Methoden auch zu Hause gemeinsam umgesetzt werden können.

Unterrichtsinhalte (in Auszügen):

1. Schuljahr – Selbstverantwortung und Wohlbefinden

- Entwicklung eines realistischen Selbstbildes – Stärken und Schwächen
- Gemeinsam Regeln formulieren, damit sich alle in der Klasse wohl fühlen
- Zuhören können – sprechen dürfen
- Körperwahrnehmung: Atmung – Entspannung – Gefühle

2. Schuljahr – Bewegung, Ernährung, Gefühle

- Körper und Bewegung: Spiele und Sport, bewegtes Sitzen, Körperwahrnehmung, Entspannung
- Gefühle: Wahrnehmung, Wirkung und Umgang, eigene, fremde, angenehme, unangenehme Gefühle
- Förderung der Klassengemeinschaft
- Gesunde Ernährung: Lebensmittel, Durst, Verdauungsfunktionen

3. Schuljahr – Körperfunktionen, Gefühle, Problembewältigung

- Körper und Gesundheit: gute Ernährung, Bewegung und Entspannung für eine gesunde Herzfunktion
- Selbstwertgefühl: Stärken und Schwächen erkennen und dazu stehen
- Umgang mit Wut, Streit, Entschuldigungen
- Schule zum Wohlfühlen: Gemeinschaftsförderung, Klassenklima, gesunde Schulumgebung

4. Schuljahr – Versuchungen, Gruppendruck, Freundschaften

- Tricks der Werbung
- Informationen über Rauchen und Alkohol
- Gruppendruck – Nein sagen lernen
- Freundschaften – neue Freunde finden
- Fernsehen, Computerspiele, Süßigkeiten sind keine Hilfe bei Problemen
- Zusammenfassung und Rückblick auf die 4 Schuljahre

Mehr Informationen erhalten Sie gerne über die Schule oder den Trägerverein.

Schillerschule Goslar
Zehntstr. 25
38640 Goslar
Tel: 05321 – 45054 o. 313643
Fax: 05321 – 313645
Internet: www.gs-schillerschule-goslar.de

Verein Programm Klasse2000 e.V.
Feldgasse 37
90489 Nürnberg
Tel: 0911 – 89 121 0
Fax: 0911 – 89 121 30
Internet: www.klasse2000.de